通过直觉或深思熟虑的选择方式认识真实自我：东方文化的视角

胡晓涵　王修欣　刘洁　孙凤阳　李朝旭

（曲阜师范大学心理学院 山东 273165）

摘　要

三个实验探讨了东方文化背景下，人们如何通过直觉或深思熟虑的选择方式认识真实自我。实验 1 复制 Maglio 和 Reich(2019)的研究，使用商品选择任务，采用指导语启动选择方式；实验 2 和 3 扩展至择偶、旅游目的地选择等任务，采用时间压力操纵选择方式。结果发现，与西方已有结论相反，东方文化背景下的人们认为，基于深思熟虑做出的选择更能反映他们的真实自我；选择信心起到中介作用。这些发现初步揭示了人们通过选择方式认识真实自我的文化差异。

关键词　直觉，深思熟虑，真实自我，选择信心

Understanding the True Self through Intuitive or Deliberate Choices: An Eastern Cultural Perspective

Hu Xiaohan   Wang Xiuxin   Liu Jie   Sun Fengyang   Li Zhaoxu

School of Psychology, Qufu Normal University, Shandong 273165, China

Abstract

This paper presented three experiments investigating how individuals from Eastern cultural perceive their true selves through either intuitive or deliberate choices. Experiment 1 replicated the study conducted by Maglio and Reich (2019), employing a product selection task and utilizing instructions to initiate the decision-making process. Experiments 2 and 3 expanded the findings to tasks including partner selection and travel destination choice, manipulating the decision-making process through time pressure. The results contradicted established Western findings, suggesting that individuals from Eastern cultural believe that choices made through deliberation more accurately reflect their true selves, with choice confidence serving a mediating role. These findings shed light on the cultural variances in understanding the true self through intuition or deliberation.

Key words： intuition, deliberation, true self, choice confidence

1 引言

在电影《哈利波特与密室》中，邓布利多校长有一句经典台词“决定我们真正是谁的，不是我们的能力，而是我们的选择”(It is not our abilities that show what we truly are, it is our choices)。正如这句台词所揭示的那样，选择是人们展露或体验真实自我的重要场景。社会心理学理论也指出，选择可以反映人们的价值观或偏好，是人们认识真实自我的重要窗口(Bem, 1972; Bettman et al., 1998)。

根据双系统理论(Dual-process model)，人们在进行选择时，会有两种不同的方式：基于直觉的启发式系统和基于深思熟虑的分析式系统(以下简称为直觉和深思熟虑)(孙彦 等, 2007)。直觉更快、自动化、需要较少的认知资源，而深思熟虑更慢、受控、需要较多的认知资源(Evans & Stanovich, 2013)。那么，到底是基于直觉还是基于深思熟虑做出的选择，更能反映人们的真实自我？

近期研究从朴素认知角度，探讨了人们对该问题的元认识。比如人们认为越是自发的想法，越能反映他们深层的自我(Morewedge et al., 2014)；越容易做出的选择，越能反映他们的真实自我(Steffel & Williams, 2021)。更直接地，Maglio 和 Reich(2019)先让被试基于直觉或深思熟虑做出选择，再让他们评估这些选择在多大程度上反映了他们的真实自我。他们发现，人们认为基于直觉做出的选择更能反映他们的真实自我。

但是，这些研究都是在西方文化背景下进行的，在东方文化背景下，该研究结论是否依然成立？研究者一般认为，西方文化是一种个体主义文化，在此文化下的人们更多秉持独立的自我概念，崇尚个体的自主性；而东方文化是一种集体主义文化，在此文化下的人们往往秉持互依的自我概念，关注社会角色、地位等关系属性(Kitayama & Uskul, 2011)。

相应地，东西方文化下的人们对真实自我的理解也存在系统差异。西方文化下的人们认为，真实自我是个体自身价值观、态度或偏好等的表达，更多地基于自主动机产生，有着跨情境的稳定性或一致性(Chen, 2019; Ryan & Ryan, 2019)。而东方文化下人们的真实自我会考虑关系的维系，更多基于关系动机产生，会根据情境或关系而有所不同(梁燕芳, 谢天, 2021; 孟飞, 彭昱剑, 2021)。

东西方文化下人们对真实自我理解的不同，可能导致人们通过选择方式对真实自我的认识，也存在系统的文化差异。基于直觉做出的选择往往是相对固定的，使得人们在不同情境下做出相对稳定、一致的选择(Evans & Stanovich, 2013)。而这恰好与西方文化下人们对真实自我的界定对应，使西方文化下人们认为直觉选择更能反映他们的真实自我。但是东方文化下人们的真实自我更为复杂，会考虑关系动机，根据情境或关系而有所不同(杨宜音, 2015)。

而深思熟虑能更好的应对这种复杂性，使得东方文化下人们认为深思熟虑的选择更能反映他们的真实自我。据此提出**假设 1：在东方文化背景下，人们认为基于深思熟虑做出的选择更能反映他们的真实自我。**

进一步地，东方文化背景下，人们为什么认为基于深思熟虑做出的选择更能反映他们真实自我？近期研究表明，人们对真实自我的认识并不是客观无偏的，而是存在明显的积极偏向，认为好的就是真实的(Bailey & Iyengar, 2023; Guenther et al., 2023)。沿循这种思路，在选择情境中，人们对选择的信心可能是主观感受的重要线索：人们认为选择信心越高的选项，越能反映他们的真实自我。而深思熟虑的选择方式，往往能够为个体的选择积累更多的证据，提升选择信心(Scherer et al., 2015)。据此提出**假设 2：选择信心在选择方式对真实自我的反映中起到中介作用**。具体地，人们对基于深思熟虑做出的选择有着更高的信心，从而认为其更能反映他们的真实自我。

为检验以上两个假设，在东方文化背景下进行了三个实验。其中，实验 1 重复 Maglio 和 Reich(2019)的研究，向被试呈现商品选择任务，并通过指导语启动不同的选择方式，以初步探讨人们如何通过选择方式认识真实自我。实验 2 和 3 设定选择时间以操纵选择方式(Gao et al., 2020)，并将选择场景扩展至择偶、选择旅游目的地等，以提升研究的生态效度。此外，实验 2 和 3 还检验了选择信心的中介作用。本研究获得 xxxx 大学生物医学伦理委员会同意(2023-031)。

2 实验 1：重复 Maglio 和 Reich(2019)的研究

2.1 被试与设计

招募 151 名被试, 其中女性 120 人, 平均年龄 19.95 岁(SD = 1.79 岁)。采用单因素被试间设计，自变量为选择方式，有直觉、深思熟虑、控制组三个水平。因变量为被试认为该选择反映其真实自我的程度。被试完成实验后，可获得 5 元报酬。

2.2 实验流程

与 Maglio 和 Reich(2019)的研究 1 基本一致。首先将被试随机分配到直觉、深思熟虑、控制三个条件，填写人口学信息。接下来，要求被试想象去购买一件商品，并已经将选择范围缩小到两件商品上。向被试展现两件待选的商品，并列出其四个方面的特征，其中两方面特征完全一致，另外两方面则有一定差异。要求被试以直觉(或深思熟虑、或无要求)的方式，选择更想购买的一个。实验有四个试次，商品分别为手机、汉堡、电影、衣服，呈现顺序随机。

完成选择后，测量该选择对真实自我的反映程度。告知被试真实自我指的是一个人内在

的真实想法，让被试在 1-7 上评估刚才的选择在多大程度上反映了其真实自我。

接下来，请被试完成两道操纵检验题目，即在 1-7 上评估刚才的选择在多大程度上是凭借直觉/深思熟虑做出的(Scherer et al., 2015)。此外，还让被试在 1-7 上评估了有多喜欢该商品，以作为协变量。

2.3 结果

不同组被试在两道操纵检验题目得分存在显著差异，$F(2, 148)=3.52; 6.53$，$p=0.04; 0.002$，$\eta^2=0.09; 0.15$。事后检验表明，直觉组($M=4.93$, $SD=0.91$)比与深思熟虑组($M=4.04$, $SD=1.49$)和控制组($M=4.19$, $SD=1.28$)认为自己更多地采用了直觉($p=0.02$, 95% CI=[0.17, 1.6])($p=0.04$, 95% CI=[0.04, 1.44])，深思熟虑组和控制组无显著差异($p=0.67$)；直觉组($M=2.8$, $SD=1.28$)比深思熟虑组($M=3.57$, $SD=1$)和控制组($M=3.85$, $SD=1.09$)认为自己更少采用了深思熟虑($p=0.01$, 95% CI=[0.16, 1.38])($p=0.001$，95% CI=[0.46, 1.64])，深思熟虑组和控制组无显著差异($p=0.35$)。

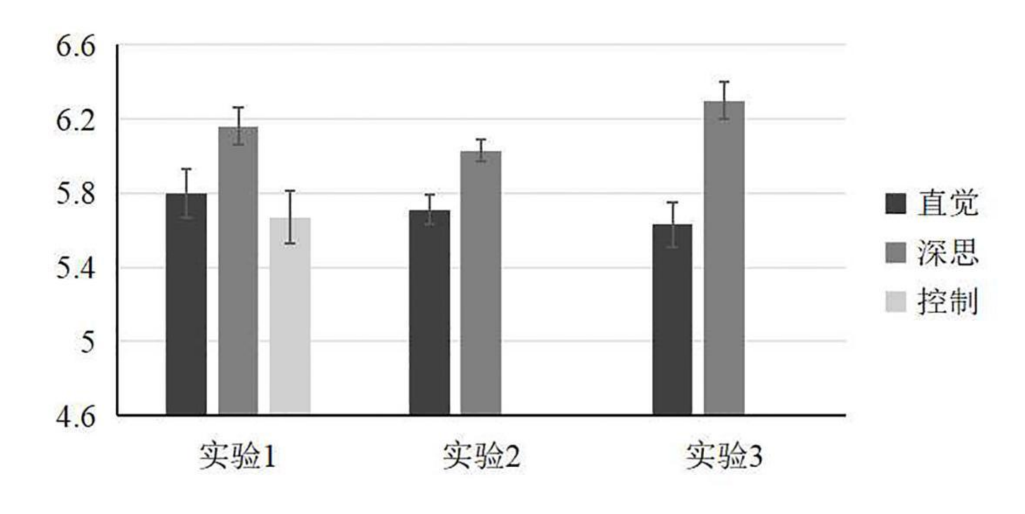


图 1 不同选择对真实自我的反映(注：误差线为标准误)

被试在四个试次上的真实自我评分具有较高的内部一致性($\alpha=0.77$)，取其均值进行分析。结果发现，不同组被试在反映真实自我上的得分存在显著差异(图 1)，$F(2, 148)=4.17$，$p=0.02$，$\eta^2=0.05$。事后检验表明，深思熟虑组认为其选择反映真实自我的程度($M=6.16$, $SD=0.68$)显著高于直觉组($M=5.8$, $SD=0.94$)($p=0.046$, 95% CI=[–0.71, –0.01])和控制组($M=5.67$, $SD=0.94$)($p=0.01$, 95% CI=[0.14, 0.84])；直觉组与控制组差异不显著，$p=0.8$。控制被试对于商品的喜爱，选择方式的主效应不变，$F(2, 148)=33.56$，$p<0.001$，$\eta^2=0.41$。此外，卡方检验结果表明，三组被试的选择没有显著差异(ps>0.22)。

3 实验 2：择偶任务

在择偶任务中，个体更倾向基于直觉做出选择(Pachur & Spaar, 2015)，也更愿意展示其

真实自我(Oktar & Lombrozo, 2022)。如果被试在择偶任务中，依旧认为深思熟虑更能反映他们的真实自我，就更能说明东方文化下该效应的稳定性。因此实验 2 将情境扩展到择偶任务。此外，实验 2 采用限制被试反应时间的方式来操纵其选择方式，并测量了被试的选择信心，以探究其中介作用。

3.1 被试与设计

招募 256 名被试，其中女性 229 人，平均年龄为 20.16 岁(*SD* = 1.61 岁)。采用单因素被试间设计，自变量为选择方式，分为直觉与深思熟虑两组。因变量同实验 1。

3.2 实验流程

首先进行预实验，以确定选择时间的操纵。招募 28 名被试，完成择偶任务并记录反应时间。取平均值±1 个标准差作为正式实验中的反应时间(Gao et al., 2020)。直觉组被试需要在 10s 内做出回答，深思熟虑组需要在 34s 后进行回答。

将被试随机分配到直觉或深思熟虑条件，填写人口学信息。被试读到：假设你想开始一段新恋情。一款交友 APP 向你介绍了四名候选者，请被试根据其特征进行选择。实验情境改编自 Oktar 和 Lombrozo(2022)，共五个试次，其中一个作为练习，呈现顺序随机。

被试完成选择后，在 1-7 上评估“我认为我刚才的选择是正确的”、“我确信我的选择十分接近正确答案”，以测量选择信心(Gino et al., 2012)。接着测量对真实自我的反映，在实验 1 基础上增加了两道题目：“在进行这类决定时，我遵从了自己的内心”、“这个决定反应了我的真实偏好”(Wood et al., 2008)。最后进行操纵检验，“在做出刚才的决定时，我感到时间紧张”(Gao et al., 2020)，同样采用 7 点记分。

3.3 结果

独立样本 t 检验发现，直觉组被试感觉时间更紧张，表明操纵有效，$t(235.5)=14.92$，$p<0.001$，$d=1.87$。选择信心和对真实自我的反映的测量题目存在较高的内部一致性($\alpha=0.77$; 0.76)，取其均值进行后续分析。

独立样本 t 检验结果表明，相较于直觉组($M=5.71$, $SD=0.88$)，深思熟虑组($M=6.03$, $SD=0.65$)认为其选择更能反映他们的真实自我，$t(254)=3.28$，$p=0.001$，$d=0.41$(图 1)。

此外，深思熟虑组($M=5.62$, $SD=0.93$)比直觉组($M=5.00$, $SD=1.10$)的选择信心更高，$t(229.74)=4.84$，$p<0.001$，$d=0.6$。使用 Process 插件进行 Bootstrap 中介效应分析(Hayes & Preacher, 2013)，设定抽样次数为 5000，置信区间为 95%，发现选择信心的中介作用显著(图 2)，95% CI=[0.15, 0.41]。

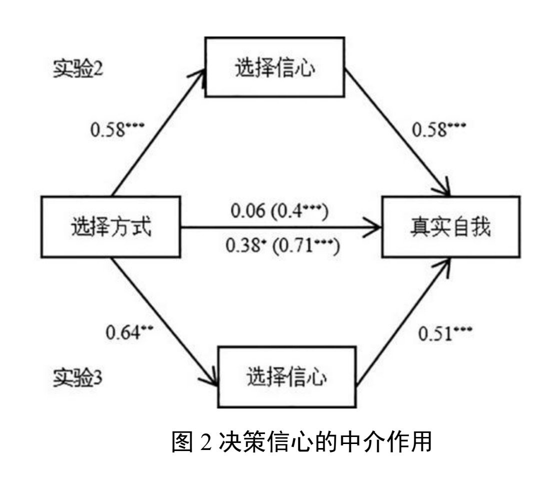


图 2 决策信心的中介作用

（注：图中数字为标准化回归系数；$^{***}p < 0.001$；$^{**}p < 0.01$）

4 实验 3：情境拓展

实验 3 中，我们进一步扩展了实验情境，以提高研究的生态效度，并检验了选择信心中介效应的稳定性。

4.1 方法

招募 124 名被试，其中女性 110 人，平均年龄为 20.24 岁(SD = 1.58 岁)。实验情境同样改编自 Oktar 和 Lombrozo(2022)，分别为：选择旅游目的地、选择要看的电影、为聚会挑选歌曲、选择领养的小猫。实验设计和流程同实验 2。

4.2 结果

直觉组(M=5.77, SD=1.65)比深思熟虑组(M=2.98, SD=1.71)感到时间更紧张，t(123)=9.28，p<0.001，d=1.66。选择信心和对真实自我的反映的测量题目存在较高内部一致性(α=0.87; 0.72)，取其均值进行后续分析。

独立样本 t 检验表明，深思熟虑组(M=6.30, SD=0.78)比直觉组(M=5.63, SD=0.98)认为其选择更能反映他们的真实自我，t(123)=4.24，p<0.001，d=0.76。

此外，深思熟虑组(M=5.69, SD=1.05)比直觉组(M=4.95, SD=1.14)的选择信心更高，t(121.88)=3.76，p<0.001，d=0.67。选择信心的中介作用显著(图 2), 95% CI=[0.12, 0.59]。

5 总讨论

本研究采用 3 个实验，探讨了东方文化背景下，人们如何通过选择方式认识真实自我。结果发现，与西方已有研究结论不同，东方文化背景下的人们认为，基于深思熟虑做出的选择更能反映他们的真实自我。并且选择信心起中介作用，人们对基于深思熟虑做出的选择有着更高的信心，从而认为该选择更能反映他们的真实自我。

人们通过选择方式认识真实自我的文化差异，可能是由于东西方文化下人们对真实自我的理解不同导致的。与西方的个体主义文化、独立自我概念相一致，西方文化下的真实自我

更强调自身的价值观和偏好(Chen, 2019)，看重自主需要的满足(van den Bosch & Taris, 2018; Ryan & Ryan, 2019)。迎合外界期待会降低人们体验到的真实感(Wood et al., 2008; Lutz et al., 2023)。而直觉往往被认为是自发的，是自主性的重要体现(Morewedge et al., 2014)，这使得西方文化下的人们认为基于直觉做出的选择更能反映他们的真实自我。

与东方的集体主义文化、互依自我概念一脉相承(Kitayama & Salvador, 2024)，东方文化下的真实自我与情境和人际关系有着更密切的联系(梁燕芳, 谢天, 2021; 孟飞, 彭昱剑, 2021)，人们会将为亲近他人做出的行为改变视为真实自我的体现(孙倩如, 陈政裕, 2018)。因此相较于西方文化，东方文化下的真实自我更为复杂(杨宜音, 2015)。深思熟虑能够更好的应对复杂的状况，使得东方文化下人们认为基于深思熟虑的选择更能反映他们的真实自我。

东方文化背景下，人们对基于深思熟虑的选择有着更高的信心，进而使他们认为该选择更能反映他们的真实自我。选择信心的提升，对于人们来说是一种积极的感受，而积极的感受往往会让个体感觉更真实(Bailey & Iyengar, 2023; Guenther et al., 2023)。换句话说，对于东方文化背景下的人们来说，选择信心可能是其深思熟虑能够较好地应对当前情境的确证，从而使人们认为该选择更能反映他们的真实自我。但是对于西方个体而言，深思熟虑可能更多地意味着受制于外部因素，反而偏离了他们的初始偏好，损害了他们的自主动机。因此，虽然深思熟虑会提升他们的选择信心(Scherer et al., 2015)，但他们并不认为基于深思熟虑的选择能反映他们的真实自我。总的来看，区别于西方个体在深思熟虑时更有信心，直觉时更真实的“错位”，东方个体在深思熟虑时更有信心，也感到更真实。这或许意味着中国人的精神内核是更为稳定、协调的。

值得注意的是，本研究虽然初步揭示了人们通过选择方式认识真实自我的文化差异，但是也存在一些不足。首先，本研究并未直接进行跨文化的比较研究，未来研究可以为文化差异提供更为直接的证据支持。其次，本研究认为这种文化差异可能主要源自不同文化下人们自我概念的不同。而独立和互依自我概念，在相同文化的个体间也存在一定差异(Talhelm et al., 2014)，且可以被启动(Fu et al., 2007)。未来研究可以通过测量或启动被试的自我概念，考察其调节作用，以揭示人们通过选择方式认识真实自我文化差异的心理根源。

6 结论

在东方文化背景下，人们认为基于深思熟虑做出的选择更能反映他们的真实自我。选择信心在其中起到中介作用，即人们对基于深思熟虑做出的选择有着更高的信心，进而认为该选择更能反映他们的真实自我。

参考文献

梁燕芳, 谢天. (2021). 东西方文化下的真实自我研究：一种关系的视角. *心理科学进展*, *29*(5), 894–905.

孟飞, 彭昱剑. (2021). 技术、关系与真实自我：以青年分享 APP 个人年度使用报告行为的访谈研究为基础. *新闻与写作*, *11*, 56–66.

孙倩如, 陈政裕. (2018). 怎样的我才真实? 关系对华人真实自我展现的影响. *本土心理学研究*, *49*, 157–206.

孙彦, 李纾, 殷晓莉. (2007). 决策与推理的双系统——启发式系统和分析系统. *心理科学进展, 15*(5), 721–726.

杨宜音. (2015). 多元混融的新型自我：全球化时代的自我构念. *中国社会心理学评论*, *1*, 97–116.

Bailey, E. R., & Iyengar, S. S. (2023). Positive—more than unbiased—self-perceptions increase subjective authenticity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *125*(6), 1351–1372.

Bem, D. J. (1972). Self-perception theory. *In L. Berkowitz (Ed.), Advances in Experimental Social Psychology: Vol. 6*, (pp. 1–62). Academic Press.

Bettman, J. R., Luce, M. F., & Payne, J. W. (1998). Constructive consumer choice processes. *Journal of Consumer Research*, *25*, 187–217.

Chen, S. (2019). Authenticity in context: Being true to working selves. *Review of General Psychology*, *23*(1), 60–72.

Evans, J. S. B. T., & Stanovich, K. E. (2013). Dual-Process theories of higher cognition: Advancing the debate. *Perspectives on Psychological Science, 8*(3), 223–241.

Fu, J. H.Y., Chiu, C.Y., Morris, M. W., & Young, M. J. (2007). Spontaneous inferences from cultural cues: Varying responses of cultural insiders and outsiders. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *38*(1), 58–75.

Hayes, A. F., & Preacher, K. J. (2013). Statistical mediation analysis with a multicategorical independent variable. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, *67*(3), 451–470.

Gao, Q., Jia, X., Liu, H., Wang, X., & Liu, Y. (2020). Attachment style predicts cooperation in intuitive but not deliberative response in one‐shot public goods game. *International Journal of Psychology*, *55*(3), 478–486.

Gino, F., Brooks, A. W., & Schweitzer, M. E. (2012). Anxiety, advice, and the ability to discern: Feeling anxious motivates individuals to seek and use advice. *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(3), 497–512.

Guenther, C. L., Zhang, Y., & Sedikides, C. (2023). The authentic self is the self-enhancing self: A self-enhancement framework of authenticity. *Personality and Social Psychology Bulletin*(published online).

Kitayama, S., & Salvador, C. E. (2024). Cultural psychology: Beyond east and west. *Annual Review of Psychology*, *75*(1), 495–526.

Kitayama, S., & Uskul, A. K. (2011). Culture, mind, and the brain: Current evidence and future directions. *Annual Review of Psychology*, *62*(1), 419–449.

Lutz, P. K., Newman, D. B., Schlegel, R. J., & Wirtz, D. (2023). Authenticity, meaning in life, and life satisfaction: A multicomponent investigation of relationships at the trait and state levels. *Journal of Personality*, *91*(3), 541–555.

Maglio, S. J., & Reich, T. (2019). Feeling certain: Gut choice, the true self, and attitude certainty. *Emotion*, *19*(5), 876–888.

Morewedge, C. K., Giblin, C. E., & Norton, M. I. (2014). The (perceived) meaning of spontaneous thoughts. *Journal of Experimental Psychology: General*, *143*(4), 1742–1754.

Oktar, K., & Lombrozo, T. (2022). Deciding to be authentic: Intuition is favored over deliberation when authenticity matters. *Cognition*, *223*, 105021.

Pachur, T., & Spaar, M. (2015). Domain-specific preferences for intuition and deliberation in decision making. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, *4*(3), 303–311.

Ryan, W. S., & Ryan, R. M. (2019). Toward a social psychology of authenticity: Exploring within-person variation in autonomy, congruence, and genuineness using self-determination theory. *Review of General Psychology*, *23*(1), 99–112.

Scherer, L. D., De Vries, M., Zikmund-Fisher, B. J., Witteman, H. O., & Fagerlin, A. (2015). Trust in deliberation: The consequences of deliberative decision strategies for medical decisions. *Health Psychology*, *34*(11), 1090–1099.

Steffel, M., & Williams, E. F. (2021). Do our choices tell us who we are? It depends on how easy or difficult they were to make. *Journal of Consumer Psychology*, *31*(4), 784–791.

Talhelm, T., Zhang, X., Oishi, S., Shimin, C., Duan, D., Lan, X., & Kitayama, S. (2014).

Large-scale psychological differences within China explained by rice versus wheat agriculture. *Science, 344*(6184), 603–608.

Van Den Bosch, R., & Taris, T. (2018). Authenticity at work: Its relations with worker motivation and well-being. *Frontiers in Communication*, *3*, 21.

Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, *55*(3), 385–399.

(通讯作者: 王修欣　E-mail: wangxiuxin0909@163.com)

作者贡献声明：
胡晓涵、王修欣：提出研究思路，设计研究方案；
孙凤阳、王修欣：进行理论建构与解释；
刘洁、胡晓涵：进行实验；
胡晓涵、刘洁：数据分析；
胡晓涵、王修欣：论文起草；
王修欣、李朝旭：论文最终版本修订。